

卵 ナッツ類 アレルギー 献立表

きたひだまり保育園

令和7年6月

組 氏名

日 曜	時間帯	献立	卵	ナッツ類すべて
2 月	昼食	① ごはん ② じゃが芋の味噌汁 ③ 豆腐のまさご焼き ④ 切干大根の煮物 ⑤ グレープフルーツ		
	午後おやつ	① 牛乳 ② あじさいゼリー ③ ぱりんこ		
3 火	昼食	① 麦入りごはん ② 冬瓜の味噌汁 ③ かじきの風味焼き ④ 白菜と小松菜のごま和え ⑤ パナナ		
	午後おやつ	① 牛乳 ② ツナコーンサンド		
4 水	昼食	① ごはん ② 大根の味噌汁 ③ 鶏の照り焼き ④ コーンサラダ ⑤ オレンジ		
	午後おやつ	① 牛乳 ② ブルーベリーサンド		
5 木	昼食	① ごはん ② じゃが芋としめじのスープ ③ チキンソテー ④ ラタトゥユ ⑤ グレープフルーツ		
	午後おやつ	① 牛乳 ② ココア蒸しパン		
6 金	昼食	① ソース焼きそば ② 豆腐とわかめのスープ ③ 大根ときゅうりの酢の物 ④ パナナ		
	午後おやつ	① 牛乳 ② カレーピラフ		
7 土	昼食	① ごはん ② さつま芋の味噌汁 ③ 豚肉のプルコギ ④ 小松菜のナムル		
	午後おやつ	① 牛乳 ② マフィン ③ ビスケット	②マフィン→米粉パンブルーベリーサンド	
9 月	昼食	① ハヤシライス ② じゃが芋のコロコロサラダ ③ そら豆の塩ゆで ④ グレープフルーツ		
	午後おやつ	① 牛乳 ② ポンデケーキ		
10 火	昼食	① 麦入りごはん ② 麩とほうれん草のすまし汁 ③ さばのトマトソースかけ ④ 大豆のサラダ ⑤ パナナ		
	午後おやつ	① 牛乳 ② 大学芋		
11 水	昼食	① ごはん ② トマトとレタスのスープ ③ 鶏肉の豆乳クリームソースかけ ④ ブロッコリーサラダ ⑤ オレンジ		
	午後おやつ	① 牛乳 ② ミートソースパンネ		
12 木	昼食	① ごはん ② 豆腐のすまし汁 ③ 豚肉と玉葱の味噌炒め ④ ひじきのサラダ ⑤ メロン		
	午後おやつ	① 牛乳 ② シュガーラスク ③ 茹でとうもろこし		
13 金	昼食	① 麦入りごはん ② オクラとなめこの味噌汁 ③ おろしハンバーグ ④ かぼちゃ煮 ⑤ パナナ		
	午後おやつ	① 牛乳 ② マカロニきな粉		
14 土	昼食	① ごはん ② 小松菜の味噌汁 ③ 厚揚げと豚ひき肉の中華風炒め ④ 粉ふき芋		
	午後おやつ	① 牛乳 ② コーンマフィン		

